

Astelehena / Lunes	Asteartea / Martes	Asteazkena / Miércoles	Osteguna / Jueves	Ostirala / Viernes
2 650Kcal - Prot:32g - Lip:30g - HC:48g . Lekak patatarekin . Oilasko pipitak entsaladarekin (1,3,6,7,2,4,9,10,12,14) . Fruta . Vainas con patata . Nuggets de pollo con ensalada . Fruta	3 801Kcal - Prot:25g - Lip:30g - HC:102g . Makarroiak tomate saltsan (1,3,6,10) . Patata eta tipula tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Macarrones en salsa de tomate . Tortilla de patata y cebolla con ensalada . Fruta	4 796Kcal - Prot:39g - Lip:26g - HC:89,6g . Txitxirioak barazkiekin . Legatza saltsa berdean (1,4,2,6,10,14) . Fruta . Garbanzos con verduras . Merluza en salsa verde . Fruta 	5 730Kcal - Prot:34g - Lip:31g - HC:58g . Azenario krema  . Txerri xolomo birrineztatua piperradarekin (1,3) . Jogurt naturala (7) . Crema de zanahoria  . Lomo de cerdo empanado con piperrada . Yogur natural	6 800Kcal - Prot:45g - Lip:24g - HC:88g . Babarrun txuriak azenarioarekin . Txahal erregosia jardinera erara . Fruta . Alubias blancas con zanahoria . Estofado de ternera a la jardinera . Fruta 
9 811Kcal - Prot:29g - Lip:27g - HC:101g . Dilistak barazkiekin (1) . Patata eta kuiatxo tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Lentejas con verduras . Tortilla de patata y calabacín con ensalada . Fruta	10 769Kcal - Prot:23g - Lip:42g - HC:67g . Ziazerba krema . Txahal albondigak barazki saltsan (1) . Fruta . Crema de espinacas . Albóndigas de ternera en salsa de verduras . Fruta	11 888Kcal - Prot:36g - Lip:31g - HC:111g . Haragi-paella . Legatza  arrautzeztatua entsaladarekin (1,3,4,2,6,10,14) . Fruta . Paella de carnes . Merluza  rebozada con ensalada . Fruta 	12 740 Kcal - Prot:17g - Lip:22g - HC:122g . Barazki menestra . Oilasko izterra piperradarekin . Fruta . Menestra de verduras . Muslo de pollo con piperrada . Fruta	13 938Kcal - Prot:36g - Lip:54g - HC:74g . Patatak errioxar erara (7,12) . Izokina labean maionesarekin (3,4,6) . Zaporeetako jogurta (7) . Patatas a la riojana . Salmón al horno con mayonesa . Yogur de sabores 
16 778Kcal - Prot:17g - Lip:23g - HC:122g . Brokolia patatarekin . Makarroiak tomate saltsan (1,3,6,10) . Fruta  . Brócoli con patata . Macarrones en salsa de tomate . Fruta	17 724Kcal - Prot:36g - Lip:21g - HC:90g . Txitxirioak barazkiekin . Legatza saltsa berdean (1,4,2,6,10,14) . Fruta . Garbanzos con verduras . Merluza en salsa verde . Fruta	18 669Kcal - Prot:20g - Lip:20g - HC:79g . Hegazti zopa fideoekin (1,3,6,10) . Patata eta tipula tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Sopa de ave con fideos . Tortilla de patata y cebolla con ensalada . Fruta 	19 - JAI EGUNA - FESTIVO	20 852Kcal - Prot:47g - Lip:30g - HC:90g . Dilistak barazkiekin (1) . Txerri xolomoa perretxikoekin . Fruta . Lentejas con verduras . Lomo de cerdo con champiñones . Fruta 
23 653Kcal - Prot:13g - Lip:26g - HC:73g . Kuia krema  . Patata eta kuiatxo tortila entsaladarekin (3) . Fruta . Crema de calabaza  . Tortilla de patata y calabacín con ensalada . Fruta	24 719Kcal - Prot:36g - Lip:21g - HC:84g . Babarrun gorriak barazkiekin . Bakailoa ajoarriero erara (4,2,14) . Fruta . Alubia pinta con verduras . Bacalao al ajoarriero . Fruta	25 831Kcal - Prot:49g - Lip:31g - HC:82g . Patatak saltsa berdean (4,2,14) . Oilasko-izterrak barazki saltsan . Fruta . Patatas en salsa verde . Muslos de pollo en salsa de verduras . Fruta 	26 770Kcal - Prot:29g - Lip:18g - HC:119g . Arroz tomatearekin . Legatza saltsa berdean (1,4,2,6,10,14) . Fruta . Arroz con tomate . Merluza en salsa verde . Fruta	27 757Kcal - Prot:32g - Lip:42g - HC:59g . Lekak patatarekin . Txahal eskaloepa piperradarekin (1,3) . Jogurt naturala (7) . Vainas con patata . Escalope de ternera con piperrada . Yogur natural 
30 941Kcal - Prot:22g - Lip:36g - HC:125g . Barazki-paella . Txerri xolomoa barazki saltsan . Fruta . Paella de verduras . Lomo de cerdo en salsa de verduras . Fruta	31 780Kcal - Prot:39g - Lip:27g - HC:88g . Dilistak barazkiekin (1) . Legatz arrautzeztatua entsaladarekin (1,3,4,2,6,10,14) . Fruta . Lentejas con verduras . Merluza rebozada con ensalada . Fruta	 Ekologikoa · Ecológico  Animalia-proteina gabeko eguna · Día sin proteína animal Ogi eskaintza egongo da eskuragai egunero / Nuestros menús incluyen pan a diario (1,6,10,11) Zenbaki negritan: platerak dituen alergenok. / Negritan ez dagoen zenbakia: platerak izan ditzazkeen alergenoen trazak. En número negrita: alérgenos que contiene el plato. / En número no negrita: trazas de alérgenos que puede contener el plato.		
			 Ogi integrala · Pan integral (1,6,10,11)	 Freskoa · Fresco

Alergenoen gida: 1-Glutena; 2-Krustazeoak; 3-Arrautza; 4-Arraina; 5-Kakahuetea; 6-Soja; 7- Esnekia; 8-Fruitu lehorra; 9-Apioa; 10-Ziapea; 11-Sesamoa; 12-Sulfitoak; 13-Altramuz; 14-Moluskua

Guía de los alérgenos: 1-Gluten; 2-Crustáceos; 3-Huevo; 4-Pescado; 5-Cacahuete; 6-Soja; 7-Lácteo; 8-Frutos secos; 9-Apio; 10-Mostaza; 11-Sésamo; 12-Sulfitos; 13-Altramuz; 14-Moluscos